

Tätortsnära natur

Nästan alla svenskar – 7,5 miljoner av 9 miljoner – bor i eller i närheten av en tätort.

Skogen i närheten av oss människor är viktig då det är här vi oftast gör våra skogsbesök.

Naturen kan ha en positiv inverkan på vår hälsa. Förutom att ha en allmänt avstressande effekt kan natur till exempel även ge skärpt koncentrationsförmåga och sänkt blodtryck.

Det har visat sig att patienter som ligger på sjukhus snabbare tillfrisknar om de har ett fönster som vetter ut mot ett grönområde.

Många arbetar med frågor som rör den tätortsnära naturen. Det handlar bland annat om att det skall finnas skogar och grönområden nära bebyggelsen.



Den tätortsnära skogen har stor betydelse för oss människor. Studier har visat att skogen påverkar vår hälsa positivt.

FOTO OLOF BERGVALL